



BABY SWIMMING

対象：6カ月～3歳まで

ベビースイミング

随時受付中

ベビースイミングはイイ事がいっぱい

- ・早くから水に慣れる・・・大きくなって怖がるリスクが減る
- ・運動機能がアップ・・・抵抗のある水の中で体を動かすため
- ・呼吸機能を高める・・・水圧がかかるため地上よりも大きく息を吸う
- ・バランス感覚が養う・・・浮くために体勢を維持しようとする
- ・成長に必要な運動量を確保できる・・・地上より4倍～6倍のエネルギーを使う
- ・育脳効果・・・脳の空間認知脳が鍛えられる
- ・お風呂にもすぐ慣れる・・・水に慣れるため
- ・ママパパの運動不足解消・・・普段使うことのない筋肉を刺激する
- ・集団生活に慣れる・・・挨拶や順番を守るなど集団生活に欠かせない行動を学ぶ

4/7～4/30 毎週水・金曜日 全8回

4月コース 3,400円 (消費税・保険料込み)

5/5～5/28 毎週水・金曜日 全8回

5月コース 3,400円 (消費税・保険料込み)

6/2～6/25 毎週水・金曜日 全8回

6月コース 3,400円 (消費税・保険料込み)

定員：先着25組(定員になり次第締切)

時間：10:30～11:10

持ち物：水着・キャップ・水遊び用オムツ
バスタオル・必要に応じゴーグル

アブロス日新温水プール

苫小牧市日新町2丁目2-41

TEL 0144-72-4409

mail avros-nissin@toshisogo.com